يوميات الشرق مذاقات

كيف تحصل على ألذ ستيك؟

أسرار وخطوات بسيطة تجعله ألذ

الستيك يتناغم مع الفلفل الأسود والطماطم (نيويورك تايمز)

نيويورك: ألي سلاغل

نُشر: 19:01-18 يوليو 2026 م . 03 صفَر 1448 هـ

قد تكون شرائح اللحم من الوجبات المميزة، وغالباً ما يكون سعرها على قدر تميزها. لذلك، إذا قررت إعدادها، فاحرص على أن تتمتع بكل ما تعد به الإعلانات: الأزيز عند الطهي، والتحمير المثالي، والقشرة البنية الداكنة، والطعم الغني والقوام المتماسك. ابدأ بهذه التعديلات السبعة البسيطة، ثم جرّب ما يناسب ذوقك حتى يصبح منزلك هو مطعم شرائح اللحم المفضل لديك.

ستيك مع الخضار (نيويورك تايمز)

لا ضرورة للتتبيلة

معظم مكونات التتبيلة، باستثناء السكر والملح، لا تتغلغل إلى داخل اللحم، بل تبقى على سطحه فقط. وعندما توضع الشريحة في مقلاة ساخنة، تتناثر التتبيلة الموجودة على السطح، بينما ينتهي ما تبقى منها في الوعاء إلى سلة المهملات. فهل تستحق التتبيلة كل هذه المكونات والوقت والخطوات الإضافية؟ في الغالب لا. يكفي أن تجفف شريحة اللحم جيداً، ثم تغطيها بالملح من جميع الجهات.

الستيك يتناغم مع الفلفل الأسود والطماطم (نيويورك تايمز)

أكثِر من الفلفل الأسود

ليس من قبيل المصادفة أن يجتمع اللحم البقري والفلفل الأسود في العديد من الأطباق الكلاسيكية، مثل بريسكيت تكساس، وشرائح اللحم بالفلفل؛ فعند الطهي، تتحمص حبات الفلفل، ويصبح لونها أغمق ونكهتها أكثر قوة، ما يساعدها على موازنة دسم اللحم وإبراز مذاقه الطبيعي. عند تتبيل شريحة اللحم بالملح، أضف كمية سخية من الفلفل الأسود المطحون طحناً خشناً، إذ إن الفلفل الناعم يحترق بسرعة أكبر، ثم افركه في اللحم ليسهل التصاقه.

يعتمد الستيك على نوعية اللحم ومن ثم الوصفة (نيويورك تايمز)

أضِف الزبدة المنكّهة

إذا كنت تؤمن بسحر الطهي، فجرّب دهن شريحة اللحم الساخنة، فور خروجها من النار، بطبقة من الزبدة الطرية، وستشاهد صلصة حريرية تتشكل أمامك. لكن النتيجة ستكون أفضل بكثير إذا مزجت في الزبدة مكونات مثل الثوم، أو الأعشاب، أو بشر الحمضيات، أو معجون الكاري الأخضر، أو الجبن الأزرق، إذ تعزز دهون الزبدة وحرارة اللحم نكهاتها.

وزّع قطعاً صغيرة من الزبدة المنكهة على شريحة اللحم أثناء تركها لترتاح على لوح التقطيع، حتى تمتزج العصارات بالزبدة وتتحول إلى صلصة سهلة التحضير وغنية بالنكهة. ويمكن تقديم المزيد من الزبدة على المائدة.

صلصة خضراء مرافقة للستيك (نيويورك تايمز)

قدّمها مع صلصة الأعشاب

تمنح صلصة الأعشاب الخضراء الطازجة شريحة اللحم ما ينقصها، لذا يشكلان ثنائياً مثالياً. فأي صلصة تعتمد على زيت الزيتون، والأعشاب الطرية مثل البقدونس، أو الكزبرة، أو الشبت، أو النعناع، مع عنصر حمضي مثل الليمون أو الخل، وربما إضافة قوية مثل الفلفل الحار، أو براعم الكَبَر المخللة، أو البصل الأخضر، ستكون خياراً ممتازاً، سواء كانت صلصة «تشيميتشوري»، أو «سالسا فيردي».

تناغم شديد ما بين الستيك والطاطم (نيويورك تايمز)

تناولها مع الطماطم

إن وضع شريحة الطماطم في البرغر، أو تقديم خليط «بيكو دي جايو» مع تاكو اللحم، لا يهدف إلى إضفاء لمسة جمالية فحسب، فكما هو الحال مع صلصات الأعشاب، تعوض الطماطم ما ينقص شريحة اللحم، إذ تضيف عصارة طازجة وحلاوة طبيعية، وتبرز نكهتها الغنية دون زيادة الإحساس بالدسم.

قطّعها إلى شرائح رفيعة واطهها على حرارة مرتفعة

على عكس طهي شريحة اللحم كاملة، يتيح القلي السريع لشرائح رفيعة الحصول على تحمير أفضل، كما يسمح لكل قطعة بامتصاص كمية أكبر من الصلصة. ابدأ بتقطيع شريحة لحم غنية بالتعرقات الدهنية، مثل السيرلوين، أو الضلوع القصيرة منزوعة العظم، أو نيويورك ستريب، أو ريب آي، إلى شرائح رفيعة بعكس اتجاه الألياف. وللحصول على تقطيع مثالي، ضع الشريحة في المجمد لمدة نحو 15 دقيقة حتى تتماسك قبل تقطيعها. بعد ذلك، حمّر الشرائح على حرارة مرتفعة جداً، إذ ستكتسب لوناً بنياً خلال دقائق. ولا داعي للقلق بشأن درجة الحرارة الداخلية، لأن الشرائح ستكون رفيعة للغاية بحيث لا يمكن إدخال ميزان حرارة فيها.

من الافضل بأن يُطهى اللحم بشكل متوسط (نيويورك تايمز)

استخدم ميزان حرارة

أسهل طريقة للحصول على شريحة لحم ممتازة لا تتمثل فيما تفعله، بل فيما تتجنبه، وهو الإفراط في الطهي. ورغم وجود وسائل عديدة لمعرفة درجة نضج شريحة اللحم، مثل شقها أو الضغط على سطحها، فإن استخدام ميزان حرارة خاص باللحوم يظل الوسيلة الأكثر دقة.

وللحصول على قراءة صحيحة، اتبع نصيحة سوهلا الوايلي، مستخدماً ملقطاً لإبقاء الشريحة في وضع رأسي، ثم «أدخل ميزان الحرارة الفوري من جانب الشريحة حتى يصل إلى المنتصف». وأثناء فترة الراحة، ستواصل الشريحة الطهي، لذا استهدف درجة حرارة تتراوح بين 120 و125 درجة للحصول على درجة نضج متوسطة مائلة إلى النيئة، أو بين 130 و135 درجة للحصول على درجة نضج متوسطة، قبل نقلها إلى لوح التقطيع.

يمكن تقديم الستيك بطرق عديدة (نيويورك تايمز)

شريحة لحم في القلاية الهوائية مع زبدة الثوم والأعشاب

تصعب منافسة شريحة اللحم الكلاسيكية المطهية في مقلاة من الحديد، لكن إعدادها في القلاية الهوائية يعد طريقة موثوقة للوصول إلى درجة النضج الداخلية المثالية خلال وقت أقل بكثير، بفضل دوران الهواء الساخن داخل الجهاز.

كما أن خلطة التوابل والزبدة بالأعشاب تناسب استخدامات أخرى، ويمكن مضاعفة الكمية بسهولة وحفظها لاستخدامها لاحقاً. ولا تضيف الكمية الصغيرة من السكر البني حلاوةً ملحوظةً، بل تساعد على تعزيز عملية الكرملة. وبفضل سرعتها ونتائجها الموثوقة، قد تصبح هذه الطريقة خيارك المفضل لطهي شريحة اللحم في أمسيات أيام الأسبوع.

وخلال تطوير هذه الوصفة، جرّبت إليانور بارك طهي أكثر من خمسة أنواع مختلفة من شرائح اللحم في القلاية الهوائية للوصول إلى أفضل نتيجة. ثم اختبرت نوعاً آخر من الشرائح، وقامت بتعديل توقيت الطهي لضمان الحصول على شريحة بدرجة نضج «متوسطة مائلة إلى النيئة» في كل مرة.

إعداد: إليانور بارك ومكوناتها• ملعقة وربع ملعقة صغيرة من الملح الخشن.

- ثلاثة أرباع ملعقة صغيرة من السكر البني.
- نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود.
- ربع ملعقة صغيرة من الكزبرة المطحونة.
- ربع ملعقة صغيرة من البابريكا الحلوة.
- شريحة لحم منزوعة العظم تزن بين 12 و16 أونصة، مثل السيرلوين أو الستريب أو الريب آي، بسُمك يقارب بوصة واحدة.
- زيت زيتون للدهن، أو بخاخ زيت زيتون للطهي.
- ملح للتقديم.

لتحضير زبدة الثوم والأعشاب

- 4 ملاعق كبيرة من الزبدة غير المملحة (نصف قالب)، طرية.
- 3 فصوص ثوم مبشورة.
- ملعقة ونصف ملعقة صغيرة من البقدونس الطازج المفروم.
- ملعقة ونصف ملعقة صغيرة من الزعتر الطازج المفروم.
- ملعقة صغيرة من إكليل الجبل (الروزماري) المفروم.
- ملعقة صغيرة من بشر الليمون.
- نصف ملعقة صغيرة من الملح.

طريقة التحضير

1. اترك شريحة اللحم حتى تصل إلى درجة حرارة الغرفة لمدة لا تقل عن 30 دقيقة. وسخّن القلاية الهوائية إلى 400 درجة فهرنهايت (نحو 200 درجة مئوية) إذا كان التسخين المسبق موصى به.

2. اخلط الملح والسكر البني والفلفل والكزبرة والبابريكا في وعاء صغير. جفف شريحة اللحم جيداً باستخدام مناشف ورقية، ثم ادهنها بزيت الزيتون. افرك خليط التوابل على جميع جوانب الشريحة. (يمكن تتبيل شريحة اللحم وتركها مكشوفة في الثلاجة لمدة تصل إلى 12 ساعة).

3. ضع شريحة اللحم في سلة القلاية الهوائية، واطهها لمدة 5 دقائق. اقلبها ثم واصل الطهي من 3 إلى 5 دقائق إضافية للحصول على درجة نضج «متوسطة مائلة إلى النيئة».

4. أخرج الشريحة من القلاية عندما تصل قراءة ميزان الحرارة الفوري، في أكثر أجزائها سُمكاً، إلى 130 درجة، إذ سترتفع الحرارة بمقدار يتراوح بين 5 و10 درجات أثناء فترة الراحة، لتصل في النهاية إلى 135 درجة، وهي درجة نضج «متوسطة مائلة إلى النيئة»، ثم انقلها إلى لوح تقطيع واتركها ترتاح لمدة 10 دقائق.

5. في أثناء ذلك، حضّر زبدة الثوم والأعشاب بمزج الزبدة والثوم والبقدونس والزعتر وإكليل الجبل وبشر الليمون والملح في وعاء صغير حتى تمتزج المكونات جيداً. (يمكن حفظ ما يتبقى من زبدة الثوم والأعشاب في وعاء محكم الإغلاق داخل الثلاجة لمدة تصل إلى شهر، أو في المجمد لمدة تصل إلى ثلاثة أشهر).

6. ضع ملعقة من زبدة الثوم والأعشاب فوق شريحة اللحم، سواء كانت مقطعة أو كاملة، ثم أضف ما تبقى من الأعشاب المفرومة والفلفل والمزيد من الملح القشري، إذا رغبت.

*** خدمة «نيويورك تايمز»**

مواضيع مذاقات أميركا